

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI RASA MALU DALAM
BERINTERAKSI SOSIAL PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 15
BANDAR LAMPUNG
TP 2018/2019**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh :

PURI APRILLIA

NPM : 1411080095

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI RASA MALU DALAM
BERINTERAKSI SOSIAL PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 15
BANDAR LAMPUNG
TP 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Pembimbing II : Iip Sugiharta, M.Si

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

ABSTRAK

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI RASA MALU DALAM BERINTERAKSI SOSIAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018/2019

**Oleh:
Puri Aprillia**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang memiliki rasa malu dalam berinteraksi sosial yang tinggi. Rasa malu dapat menjadi masalah yang cukup serius, sebab akan menghambat kehidupan anak yang mengalami rasa malu, misalnya dalam pergaulan, pertumbuhan harga diri, belajar, dan penyesuaian diri. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII SMPN 15 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik. Jenis penelitian kuantitatif eksperimen yaitu yang dilakukan dengan pemberian perlakuan tertentu terhadap subjek yang bersangkutan dengan menggunakan *Experimental Control Group Design (pretest-posttest)*. Sampel yang digunakan sebanyak 20 peserta didik kelas VIII C dan D SMPN 15 Bandar Lampung yang memiliki rasa malu dalam berinteraksi sosial. Konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Subjek diobservasi sebanyak 2 kali (*pretest-posttest*). Hasil menunjukkan rata-rata N-gain dari kelompok eksperimen -0.2 dalam kategori rendah dan kelompok kontrol -0.55 dalam kategori sedang. Hasil uji *wilcoxon* nilai $Z_{hitung} -2.293 > Z_{tabel} -1.645$ dan nilai sig. $0.022 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

Kata Kunci : Konseling kelompok teknik sosiodrama, Rasa malu.



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jalan Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame Bandar Lampung (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi

**: LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI
RASA MALU DALAM BERINTERAKSI SOSIAL
PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 15
BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018 /
2019**

Nama

: PURI APRILLIA

NPM

: 1411080095

Jurusan

: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas

: Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

**Telah dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

NIP. 196104011981031003

Pembimbing II

Iip Sugiharta, M.Si

NIP.

Mengetahui

Ketua jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed.D

NIP. 197604272007011015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI RASA MALU DALAM BERINTERAKSI SOSIAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018 / 2019”, disusun oleh: PURI APRILLIA NPM: 1411080095 Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal : Jumat, 29 Maret 2019.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Andi Thahir, M.A., Ed.D

Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd

Pembahas Utama : Dr. Oki Dermawan, M.Pd

Pembahas Pendamping I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Pembahas Pendamping II : Iip Sugiharta, M.Si

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NPM. 19560810 198703 1 001

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۚ

Terjemahnya : ".....Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.....".

(Q.S.Ar-Ra'd:11)¹.



¹ *Al-Qur'an dan Terjemahan*, Departemen Agama RI, Syamil Qur'an, (Bandung, 2007), h. 250

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirrobil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati dan penuh kebahagiaan, skripsi ini penulis persembahkan sebagai tanda cinta, kasih, dan hormat tak terhingga kepada :

1. Kedua Orang Tuaku tercinta Ayahanda Drs. Purnomo dan Ibunda Sri Tulistyowati, S.Pd yang selama ini selalu sabar menjaga dan merawatku sampai saat ini, memberikan semangat dan mencurahkan jiwa dan raganya hanya untuk segera melihat putrinya menyelesaikan perkuliahan, yang jasanya tidak mungkin dapat aku balas. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan Rahmat-Nya, kesehatan, kemurahan rezeki, keberkahan umur, serta selalu dalam lindungan Allah SWT, Aamiin...
2. Kakak ku tercinta Wiria Ahaddillah, S.Kep., Ners dan Nisrina Pratiwi, S.Kep., Ners yang turut memberikan doa, waktu, selalu memberikan semangat dan motivasi, sehingga terselesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas segala keridhoan yang luar biasa.
3. Almamater ku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang menjadi tempatku menuntut ilmu.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Puri Aprillia. Lahir di Martapura, OKU Timur, Sumatera Selatan pada tanggal 01 April 1997. Anak ke dua dari dua bersaudara atas pasangan Bapak Drs. Purnomo dan Ibu Sri Tulistyowati, S.Pd . Penulis menempuh pendidikan pertama dimulai dari TK Dharmawanita II di Martapura, OKU Timur dan lulus pada tahun 2002, Kemudian SD Negeri 11 Martapura, OKU Timur dan lulus pada tahun 2008, Kemudian SMP Negeri 1 Martapura, OKU Timur dan lulus pada tahun 2011, Kemudian SMA Negeri 2 Martapura, OKU Timur dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis melanjutkan kejenjang perguruan tinggi IAIN Raden Intan Lampung yang saat ini telah bertransformasi menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung di jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam program studi strata 1 (S-1) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua umumnya dan pada saya khususnya sholawat dan salam selalu kami sanjungkan kepada Nabi Agung Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan keluarganya. Sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Rasa Malu Dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung”. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti telah mendapat bantuan dari banyak pihak untuk hal itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D dan Oki Dermawan, M.Pd selaku ketua jurusan prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Oki Dermawan, M.Pd selaku sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I sebagai pembimbing I terima kasih atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik dalam proses penyelesaian skripsi ini.

5. Iip Sugiharta, M.Si. sebagai pembimbing II, terima kasih telah bersedia selalu dalam membimbing dan memberikan arahan serta banyak meluangkan waktunya dalam penyelesaian skripsi skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
7. Hj. Neti Ekowati, M.Pd selaku kepala sekolah SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang telah mengizinkan peneliti untuk mengadakan penelitian di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.
8. Dastati S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang telah membantu dan membimbing saya dalam melakukan penelitian disekolah.
9. Sahabat-sahabatku yang luar biasa ketulusannya Aresti Randika, Rizki Anggita Rani, Liliana K. Andrajati, Tri Aprianti, Riska Agustin, Liliani K. Andrajati, Rara Exa Anggraini, Risa Dhona Tiwi. Terima kasih atas waktu yang selalu ada saat sulit, selalu membantu dan memotivasi untuk terus bersemangat. Semoga kita dipertemukan pada kesuksesan yang selalu kita impikan di masa depan.
10. Bimbingan dan Konseling kelas B angkatan 2014, semoga silaturahmi kita tetap terjaga sampai nanti, serta dipermudah dalam segala urusan penyelesaian tugas akhir ini, dan untuk adik-adik tingkat BK, semoga kalian segera menyusul dan terus semangat dalam mengejar cita-cita.
11. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

12. Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bandar Lampung, Februari 2019

Penulis,

Puri Aprillia



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identitas Masalah	11
C. Pembatasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
F. Ruang Lingkup Penelitian	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Kelompok	15
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	15
2. Tahap-tahap Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	17

3. Teknik Layanan Konseling.....	19
4. Tujuan dan Manfaat Layanan Konseling Kelompok.....	21
5. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	22
A. Teknik Sosiodrama	23
1. Pengertian Teknik Sosiodrama	23
2. Tujuan Teknik Sosiodrama.....	23
3. Kelebihan Teknik Sosiodrama.....	24
4. Kelemahan Teknik Sosiodrama.....	25
5. Langkah-langkah Sosiodrama.....	25
B. Rasa Malu	26
1. Pengertian Rasa Malu	26
2. Faktor yang Menyebabkan Anak Pemalu	27
3. Ciri-ciri Anak Pemalu.....	28
4. Bahaya Rasa Malu yang Berlebihan.....	30
C. Penelitian yang Relevan.....	32
D. Kerangka Berfikir	34
E. Hipotesis	35

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	37
B. Desain Penelitian	37
C. Variabel Penelitian.....	40
D. Definisi Oprasional	41
E. Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian	42
1. Lokasi Penelitian.....	42
2. Populasi.....	42
3. Sampel	43
F. Teknik Pengambilan Data.....	44
1. Wawancara.....	44

2. Observasi.....	45
3. Skala.....	45
4. Dokumentasi	47
G. Skala Pengukuran	48
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	51
1. Uji Validitas Instrumen	51
2. Uji Reabilitas Instrumen	52
I. Analisis Data.....	52
1. Uji Normalitas Gain (N-Gain)	52
2. Uji Hipotesis Statistik	53

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	55
1. Data Deskripsi <i>Pretest</i>	55
a. Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ..	55
2. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Sosiodrama</i>	57
a. Langkah-langkah Pemberian <i>Treatment</i>	59
3. Data Deskripsi <i>Posttest</i>	66
a. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	66
b. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	67
c. Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	68
4. Deskripsi Data Hasil Penelitian	70
a. Pengujian Validasi Kuesioner.....	70
b. Uji Reabilitas Kuesioner	72
c. Uji N-Gain	74
d. Uji Wilcoxon.....	75

B. Pembahasan	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Peserta Didik yang Memiliki Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Kelas VIII C SMP Negeri 15 Bandar Lampung	9
2. Peserta Didik yang Memiliki Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Kelas VIII D SMP Negeri 15 Bandar Lampung	10
3. Definisi Oprasional	41
4. Populasi Penelitia	43
5. Sampel penelitian	44
6. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian Sesudah Validasi	45
7. Skor Alternatif Jawaban	48
8. Kriteria Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial	50
9. Interpretasi N-Gain	53
10. Hasil Pretest Subjek Penelitian Kelompok Eksperimen	56
11. Hasil Pretest Subjek Penelitian Kelompok Kontrol	56
12. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian	58
13. Hasil Posttest Kelompok Eksperimen	66
14. Hasil Posttest Kelompok Kontrol	67
15. Pebandingan Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Eksperimen	68
16. Perbandingan Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Kontrol	69
17. Kisi-kisi Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik	70
18. Validasi Item Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik	71
19. Reabilitas Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial	72
20. Hasil nilai N-Gain Peserta Didik	74
21. Hasil Uji Wilcoxon	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir.....	35
2. Pola Nonequivalent Control Group Design.....	38
3. Variabel Penelitian	41



DAFTAR LAMPIRAN

1. Kegiatan Penelitian
2. Surat Penelitian
3. RPL Kelompok Eksperimen
4. RPL Kelompok Kontrol
5. Lembar Keterangan Validasi
6. Lembar Validasi Skala Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial
7. Skala Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial
8. Reabilitas Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial
9. SPSS hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia tidak terlepas dari kodratnya yaitu manusia sebagai makhluk sosial, dimana manusia hidup berdampingan dengan manusia lainnya dan bersosialisasi dengan orang lain dalam proses interaksi. Manusia merupakan makhluk sosial begitu pula peserta didik yang merupakan anggota masyarakat hendaknya memiliki kemampuan interaksi sosial yang baik, terutama di lingkungan sekolah.

Seperti firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ
لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha mengenal.” (Q.S Al Hujurat: 13)¹.

¹Al-Qur'an dan Terjemahan, Departemen Agama RI, Syamil Qur'an, (Bandung, 2007), h. 517.

Dari ayat tersebut, dijelaskan bahwa setiap hamba Allah untuk saling kenal mengenal. Maksud dari saling kenal mengenal tersebut ialah, bahwa setiap manusia memerlukan interaksi dengan sesamanya, baik dengan antar bangsa, antar suku, dan antara laki-laki dan perempuan. Interaksi sosial merupakan hal yang pokok dalam kehidupan karena pada dasarnya manusia tidak bisa hidup sendiri. Kemampuan sosialisasi penting karena kemampuan sosialisasi dibutuhkan oleh semua individu untuk saling berinteraksi satu sama lain. Kemampuan sosialisasi sangat menentukan bagaimana cara untuk bersikap, menyampaikan informasi tentang dirinya².

Fenomena yang terjadi pada peserta didik adalah peserta didik kurang aktif dalam situasi sosialnya di sekolah, tidak mudah menyesuaikan diri dengan baik terhadap kelompok maupun individu, sulit mengemukakan pendapat di depan umum, dan kurangnya kecakapan dalam komunikasi ketika berinteraksi. Permasalahan yang terjadi pada peserta didik yaitu adanya perasaan malu dalam berinteraksi sosial.

Menurut Zimbardo (1997) dalam Nandhini A Anggarasari, rasa malu (shyness) merupakan pengalaman biasa, adakalanya seseorang merasa malu di depan umum karena mencemaskan bagaimana dapat dekat atau bertemu dengan

² Laila Maharani, Latifatul Hikmah, "Hubungan Keterbukaan Diri dengan Interaksi Sosial Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur", *Konseli (Jurnal Bimbingan dan Konseling)* 02 (2); 2015. h. 29

orang lain, atau malu secara pribadi karena memfokuskan atau merasakan tentang diri sendiri³.

Perasaan malu adalah perasaan gelisah yang dialami seseorang terhadap pandangan orang lain atas dirinya. Sejak lahir manusia telah memiliki sedikit perasaan malu, namun bila perasaan itu dibiarkan maka akan berubah menjadi semacam rasa malu yang berlebihan, yaitu malu mengalami tekanan dari orang lain atau bahkan malu untuk menghadapi masyarakat. Anak pemalu biasanya menghindari dari keramaian dan tidak dapat secara aktif bergaul dengan teman yang lain⁴.

Rasa malu kerap membuat potensi seseorang menjadi tertutup. Dia tidak akan mau mengeksplorasi kemampuan dirinya. Rasa malu dapat menjadi masalah yang cukup serius, sebab akan menghambat kehidupan anak yang mengalami rasa malu, misalnya dalam pergaulan, pertumbuhan harga diri, belajar, dan penyesuaian diri⁵.

Rasa malu anak memiliki potensi dampak pada bagaimana guru melihat mereka, seperti hubungan guru-anak yang positif mungkin memainkan peran

³ Nandhini H Anggarasari, RA Retno Kumolohadi, "Pelatihan Komunikasi Interpersonal untuk Mengurangi Rasa Malu", *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 4 No. 1 Juni 2012, h. 42.

⁴ Esti Diah Purwitasari, *Mengubah Anak Pemalu Jadi Berani*(Surabaya: Ecosystem Publishing, 2017), h. v

⁵ *Ibid*, h. 5

protektif sangat penting dalam penyesuaian sosial-emosional anak-anak pemalu di sekolah⁶.

Perasaan-perasaan malu pada anak ini diperlukan sikap orang dewasa yang tenang dan bijaksana. Tuntutan dan pemberian keyakinan akan tuangan kasih sayang orang tua akan menguatkan unsur kepercayaan pada pribadi anak. Kepercayaan ini akan menumbuhkan rasa aman, rasa kepercayaan diri, harga diri dan keberanian⁷.

Seperti firman Allah SWT :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

Artinya : *“Janganlah kalian bersikap lemah, dan janganlah (pula) kalian bersedih hati, karena kalianlah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kalian orang-orang yang beriman.”* (QS. Ali Imran [3]: 139)⁸.

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa, peserta didik seharusnya memiliki sikap berjiwa besar (berani) atau perasaan unggul yang harus dipegang teguh dalam menghadapi segala sesuatu, segala situasi, semua nilai dan semua orang.

Tuntutan yang tidak riil dan tidak sesuai dengan kemampuan anak, akan menimbulkan ketakutan yang kronis pada anak untuk berbuat sesuatu dan untuk berprestasi. Ia menjadi malu dan segan mencoba sesuatu pengalaman baru yang

⁶Mary Grace LAO, et. al., “Self-Identified Childhood Shyness and Perceptions of Shy Children: Voices of Elementary School Teachers”. *International Electronic Journal of Elementary Education*., Vol. 5 No. 3 (Received: 1 December 2013 / Revised: 20 March 2013 / Accepted: 13 April 2013) h. 270

⁷Kartini Kartono, *Psikologi Anak* (Bandung: Mandar Maju, 2007), h. 140.

⁸Al-Qur'an dan terjemahannya, Departemen Agama RI, CV Fajar Mulya, Surabaya, Edisi Revisi, 2012. hal. 67

sebenarnya ingin dialaminya, karena takut kalau usahanya tidak akan berhasil, atau tidak memuaskan harapan serta tuntutan orang tuanya⁹.

Guru pembimbing sangat berperan dalam perkembangan peserta didik terutama dalam proses berinteraksi sosial, yang mana rasa malu sangat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. Misalnya ada peserta didik yang tergolong pintar, ketika ada guru yang bertanya kepada semua peserta didik di kelas dan meminta salah satu peserta didik untuk menjawab dan peserta didik pemalu tersebut mengetahui jawabannya tetapi diam malu untuk menunjukkan pengetahuannya untuk menjawab pertanyaan dari guru.

Adapun indikator rasa malu Menurut Ward K. Swallow dalam Esti Diah Purwitasari, adalah :

1. Menghindari kontak mata.
2. Tidak mau melakukan apa-apa seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
3. Terkadang memperlihatkan perilaku mengamuk atau *temper tantrum* untuk melepaskan kecemasannya.
4. Tidak banyak bicara dan menjawab sekadarnya, seperti 'ya', 'tidak', 'tidak tahu' dan 'halo'.
5. Tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan di kelas.
6. Tidak mau meminta tolong atau bertanya pada orang yang tidak dikenal.

⁹*Ibid*, h. 142.

7. Mengalami demam panggung, seperti pipi merah, tangan berkeringat, keringat dingin, dan bibir terasa kering di saat-saat tertentu.
8. Menggunakan alasan sakit agar tidak perlu berhubungan dengan orang lain, misalnya tidak perlu pergi ke sekolah.
9. Mengalami psikosomatis (keadaan mental yang menyebabkan ia menderita penyakit fisik, seperti sakit perut, sakit kepala, sakit gigi)
10. Merasa tidak ada yang menyukainya.¹⁰

Dapat disimpulkan dalam penelitian ini, indikator rasa malu dalam berinteraksi sosial yang digunakan adalah rasa malu menurut Ward K. Swallow untuk mencari data tentang rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil skala dan wawancara dengan guru BK pada saat pra penelitian di SMP Negeri 15 Bandar Lampung, mengenai rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik yang sering dijumpai. Dari hasil pengamatan langsung masih terdapat beberapa peserta didik yang tidak memberikan respon yang baik saat berada dalam berbagai situasi bahkan ada yang lebih suka menyendiri daripada berbaur dengan teman yang lain, merasa teman-teman tidak mau bergaul dengannya dan ada yang tidak memberanikan diri bertanya kepada guru ketika ada mata pelajaran yang tidak dimengerti.

Layanan konseling kelompok dimaksudkan untuk membantuan dapat memecahkan masalah peserta didik. Layanan konseling kelompok bersifat efisien

¹⁰Esti Diah Purwitasari, *Ibid.*, h. 20

yaitu secara tidak langsung peserta didik tersebut akan belajar untuk bersosialisasi dalam lingkup yang mungkin bisa dikatakan kecil. Konseling itu sendiri adalah proses pemberian bantuan kepada klien (peserta didik) dalam hal pemecahan masalah¹¹. Kegiatan dalam pelaksanaan konseling kelompok dipimpin oleh seorang guru bimbingan konseling atau konselor. Layanan konseling kelompok umumnya menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan sosiodrama, diskusi panel, dan teknik lainnya yang berkaitan dengan kegiatan kelompok¹².

Bahkan ada program kelompok bimbingan-bijaksana yang mengembangkan program untuk pendidikan dalam hubungan manusia, yaitu hubungan kasual (sebab-akibat) dengan penekanan pada perilaku manusia. Program ini menggunakan cerita masalah yang belum selesai, bermain peran, dan sosiodrama serta kegiatan yang terkait dirancang untuk digunakan dalam seni bahasa, studi sosial, sains, lingkungan rumah, taman bermain dan sebagainya. Program ini lebih menekankan pada informasi dan konsep yang akan memungkinkan peserta didik untuk lebih memahami diri sendiri dan orang lain di sekitar lingkungan. Penekanan pada konseling kelompok lebih berorientasi pada pencegahan atau preventif dengan konsep pemodelan yaitu berbagai

¹¹ Nasrina Nur fahmi dan Slamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman". *Jurnal Hisbah*, Vol. 13, No. 1 Desember 2016. h. 70.

¹² Laila Maharani, Muhammad Mansur, "Efektivitas Konseling Puisi Sebagai Media Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas Vii Smpn 24 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016". *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 03 (2) (2016), h. 205-206.

permainan. Dengan begitu cara ini efektif untuk memperkenalkan tanggapan baru bagi seseorang¹³. Dapat diindikasikan bahwa dalam kegiatan konseling kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu sehingga masing-masing individu dapat memahami kegiatan konseling yang tengah diterapkan.

Sosiodrama sebagai suatu teknik bimbingan kelompok memberikan beberapa keuntungan yaitu: melatih peserta didik untuk mendramatisasikan sesuatu serta melatih keberanian, menarik perhatian sehingga suasana kelas menjadi hidup, peserta didik dapat menghayati suatu peristiwa sehingga mudah mengambil kesimpulan berdasarkan penghayatan sendiri, peserta didik dilatih untuk menyusun pikirannya dengan teratur, dengan adanya interaksi yang dinamis dan intensif diharapkan tujuan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dapat dicapai dengan lebih mantap, dinamika yang terjadi dalam konseling kelompok dengan teknik sosiodrama mencerminkan interaksi sosial yang terjadi nyata di kehidupan sehari-hari¹⁴.

Teknik sosiodrama memiliki manfaat untuk pengembangan kemampuan berinteraksi peserta didik, menggali imajinasi dan kreativitas peserta didik, dapat menyalurkan ekspresi peserta didik ke dalam kegiatan yang menyenangkan, dan mengajarkan peserta didik saling membantu dan bekerja sama.

¹³ George M. Gazda, "Group Counseling: A Developmental Approach". *Conseiller Canadien*, VOL. 3, No.4, Oktober, 1969, h. 8-14.

¹⁴ Rizki Nursafitri dan Denok Setiawan, "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Hubungan Interpersonal Siswa", Tersedia: Jurnal.Fkip.uns.ac.id/index.php/counselium/article/view/2967/2026 (09 Agustus 2018, 19.32)

Namun peran yang telah dijalankan oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 15 Bandar Lampung tersebut belum sepenuhnya berhasil, hal ini dilihat dari indikasi sebagian peserta didik di kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung, dapat dilihat dari tabel dibawah ini :

Tabel 1
Hasil Data Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik Kelas C
SMP Negeri 15 Bandar Lampung

No	Indikator Rasa Malu	Nama Inisial Peserta Didik									
		AM	AAD	AA	BR	DDA	IS	MRA	RS	R	SR
1.	Menghindari kontak mata	✓		✓			✓		✓	✓	
2.	Tidak mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah	✓		✓			✓	✓	✓	✓	
3.	Malu berbicara dengan orang lain		✓			✓				✓	
4.	Sulit berinteraksi dengan orang lain				✓				✓		✓
5.	Tidak mau meminta tolong atau bertanya kepada orang lain		✓		✓			✓	✓		✓
Jumlah		2	2	2	2	1	2	2	4	3	2

Sumber: Hasil Skala Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung

Tabel 2
Hasil Data Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik Kelas D
SMP Negeri 15 Bandar Lampung

No	Indikator Rasa Malu	Nama Inisial Peserta Didik									
		AS	FA	LY	MR	MK	NR	NA	S	SA	YS
1.	Menghindari kontak			✓				✓	✓		✓

	mata										
2.	Tidak mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah		✓					✓	✓	✓	
3.	Malu berbicara dengan orang lain	✓	✓	✓		✓	✓	✓			
4.	Sulit berinteraksi dengan orang lain	✓		✓				✓	✓		
5.	Tidak mau meminta tolong atau bertanya kepada orang lain				✓	✓				✓	
Jumlah		2	2	3	1	2	1	4	3	2	1

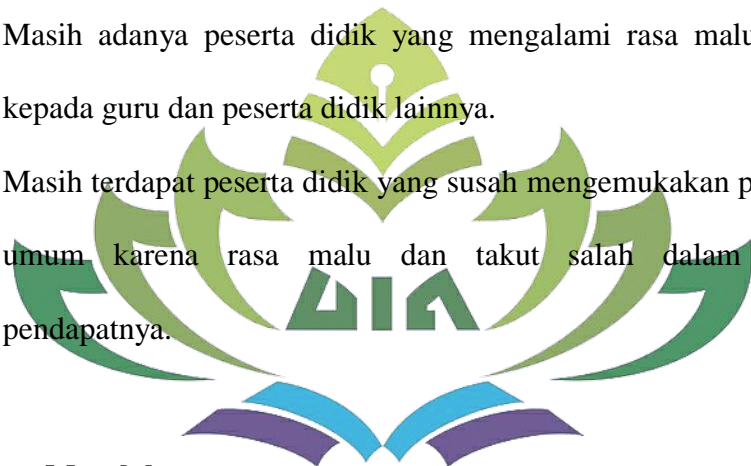
Sumber: Hasil Skala Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung

Dari beberapa keterangan yang di dapatkan dari tabel 1 dan tabel 2 yaitu dari hasil pra penelitian di SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang dilaksanakan pada tanggal 19 Februari 2018 dengan guru BK, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 15 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan penelitian pada latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka identifikasi masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Masih terdapat beberapa peserta didik yang memiliki rasa malu yang tinggi dalam berinteraksi sosial.
2. Belum adanya layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik.
3. Masih adanya peserta didik yang mengalami rasa malu untuk bertanya kepada guru dan peserta didik lainnya.
4. Masih terdapat peserta didik yang susah mengemukakan pendapat di depan umum karena rasa malu dan takut salah dalam mengemukakan pendapatnya.



C. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan tidak menimbulkan perluasan masalah maka diperlukan adanya batasan masalah dalam penelitian ini. Adapun masalah dalam penelitian ini adalah untuk menghindari masalah yang terlalu meluas dan menyimpang, maka dalam penelitian ini peneliti hanya membatasi permasalahan pada layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Masalah yang dapat dirumuskan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 15 Bandar Lampung ?

E. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Umum

Untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama di SMP.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengurangi rasa malu melalui interaksi sosial yang baik peserta didik di SMP
- b. Agar peserta didik tau, lewat layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama mereka tidak hanya dihadapkan dengan permasalahan namun juga diberikan penguatan tentang bagaimana mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial melalui bimbingan kelompok tersebut

3. Manfaat

a. Bagi responden

Setelah dilakukan penelitian, diharapkan agar berkurangnya rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik di SMP.

b. Bagi tempat penelitian

Untuk memberikan masukan kepada pihak sekolah bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik sangatlah baik untuk dilakukan kepada peserta didik di SMP.

c. Bagi Peneliti

Sebagai sarana mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan dan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, di antaranya adalah :

1. Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama.

2. Ruang lingkup obyek

Ruang lingkup obyek dalam penelitian ini adalah penerapan layanan konseling kelompok terhadap peserta didik dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik di SMP.

3. Ruang lingkup subyek

Subyek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII di SMP.

4. Ruang lingkup wilayah

Wilayah dalam penelitian ini adalah SMP Negeri 15 Bandar Lampung khususnya pada peserta didik kelas VIII C dan VIII D SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

5. Ruang lingkup waktu

Waktu dalam penelitian ini akan dilakukan pada semester ganjil.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Dalam program bimbingan layanan konseling memiliki dua jenis layanan, yakni konseling individual dan konseling kelompok. Pada hakikatnya, perbedaan tersebut pada suasana pemberian bantuan oleh orang ahli. Pada konseling individual, konseli dibantu oleh konselor dalam suasana antar dua pribadi. Sedangkan, pada konseling kelompok, konseling dibantu oleh konselor dalam suasana kelompok¹.

Juntika Nurihsan mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dan perkembangan dan pertumbuhan. Sedangkan menurut Gaza konseling kelompok adalah suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegahan, dan menangani konflik-konflik antar pribadi atau pemecahan masalah².

Konseling kelompok merupakan kelompok terapeutik yang dilaksanakan untuk membantu konseli mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Konseling kelompok umumnya ditekankan untuk proses

¹ Rasimin dan Muhamad Hamdi, "Bimbingan dan Konseling Kelompok", (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2018), h.6

² M. Edi Kurnanto, Konseling Kelompok, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 7-8

remedial dan pencapaian fungsi-fungsi secara optimal. Konseling kelompok mengatasi dalam keadaan normal, yaitu tidak sedang mengalami gangguan fungsi-fungsi kepribadian. Pada umumnya, konseling diselenggarakan untuk jangka pendek atau menengah³.

Konseli dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan persoalan, yang tidak memerlukan perubahan kepribadian dalam penanganannya. Konseli dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu⁴.

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri⁵.

³Rasimin dan Muhaamad Hamdi, *Ibid*

⁴*Ibid*, h.7

⁵M. Edi kurnanto, *Ibid*

2. Tahap-tahap Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Tahap-tahap kegiatan layanan Konseling Kelompok:

1) Tahap awal

Proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awalnya tahap ini akan diwarnai keraguan dan kekhawatiran, namun juga harapan dari peserta. Namun apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah:

- a) Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
- b) Berdoa
- c) Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- d) Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- e) Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok
- f) Menjelaskan asas-asas konseling kelompok dan Melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama

2) Tahap Peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi.

Langkah-langkah pada tahap peralihan:

- a) Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok
- b) Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut

- c) Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

3) Tahap Kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah:

- a) Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian.
- b) Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu.
- c) Membahas masalah terpilih secara tuntas.
- d) Selingan.
- e) Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya.

4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran adalah:

- a) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri

- b) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing.
- c) Membahas kegiatan lanjutan.
- d) Pesan serta tanggapan anggota kelompok.
- e) Ucapan terima kasih
- f) Berdoa
- g) Perpisahan⁶

3. Teknik Layanan Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat beberapa teknik untuk mendukung jalannya konseling kelompok, diantaranya:

- a) Teknik umum, yaitu teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu pada berkembangnya dinamika kelompok yang diakui oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik secara garis besar meliputi: Komunikasi multi arah secara efektif dan terbuka, Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi, Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas kelompok, Penjelasan, pendalaman, pemberian contoh untuk memantapkan analisis, argumentasi dan

⁶ Nasrina Nur Fahmi dan Slamet, *Ibid*, h. 72-73

pembahasan, Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku yang dikehendaki.

- b) Teknik permainan kelompok, yaitu dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut: Sederhana, Menggembirakan, Menimbulkan rasa santai, Meningkatkan keakraban.
- c) Modeling, yaitu suatu strategi di mana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Teknik ini dilaksanakan dengan mengamati dan menghadirkan model secara langsung saat konseling kelompok untuk mencapai tujuan, sehingga kecakapan-kecakapan pribadi atau sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati atau mencontoh tingkah laku model-model yang ada.
- d) Bermain Peran, merupakan suatu teknik konseling melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan anggota kelompok. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan dengan memerankannya sebagai tokoh hidup atau benda mati yang disesuaikan dengan kejadian dalam kehidupan sebenarnya.
- e) Menggunakan humor, dapat digunakan sebagai selingan saat konseling kelompok yang mendorong suasana yang segar dan rileks agar tidak menimbulkan ketegangan.

f) *Home work assignments*, teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah dapat melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan⁷.

4. Tujuan dan Manfaat Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok berfokus pada pemberian bantuan kepada anggota dalam melakukan perubahan, melalui perhatian pada perkembangan dan penyesuaian sehari-hari. Misalnya, modifikasi tingkah laku, pengembangan keterampilan hubungan personal, nilai, sikap, atau membuat keputusan.

Tujuan pelaksanaan konseling kelompok adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri para anggota. Kepercayaan diri dapat ditinjau dalam kepercayaan diri lahir dan batin yang diimplementasikan ke dalam tujuh ciri yaitu, cinta diri dengan gaya hidup dan perilaku untuk memelihara diri, sadar akan potensi dan kekurangan yang dimiliki, memiliki tujuan hidup yang jelas, berfikir positif dengan apa yang akan dikerjakan dan bagaimana hasilnya, dapat berkomunikasi dengan oranglain, memiliki ketegasan, penampilan diri yang baik dan memiliki pengendalian perasaan.

Konseling kelompok juga sangat bermanfaat bagi anggota, karena melalui interaksi dengan anggota kelompok, mereka dapat berbagi keterampilan yang pada akhirnya meningkatkan kepercayaan diri dan

⁷M. Edi Kurnanton, *Ibid*, h. 73

kepercayaan terhadap orang lain. Dalam konseling kelompok anggota juga dapat berlatih menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya, serta dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kepercayaan pada orang lain lebih jauh lagi dapat meningkatkan pikirannya⁸.

5. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Sifat pencegahan memiliki arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dimasyarakat, namun memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan yang bersifat penyembuhan memiliki arti membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Jadi fungsi konseling kelompok yaitu sebagai layanan preventif, yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Kemudian sebagai layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu⁹.

⁸ Rasimin dan Muhamad Hamdi, *Ibid*, h. 8-11

⁹ *Ibid*

B. Teknik Sociodrama

1. Pengertian Teknik Sociodrama

Teknik sociodrama adalah suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-hari di masyarakat. Maka dari itu sociodrama dipergunakan dalam pemecahan masalah-masalah sosial yang mengganggu belajar dengan kegiatan drama sosial¹⁰.

2. Tujuan Teknik Sociodrama

Tujuan penggunaan sociodrama dalam teknik bimbingan adalah menggambarkan bagaimana seseorang atau beberapa orang menghadapi suatu situasi sosial, menggambarkan bagaimana cara memecahkan masalah sosial, menumbuhkan dan mengembangkan sikap kritis terhadap tingkah laku yang harus atau jangan diambil dalam situasi sosial tertentu, memberikan pengalaman untuk menghayati situasi-situasi tertentu dan memberikan kesempatan untuk meninjau situasi sosial dari berbagai sudut pandangan tertentu¹¹.

¹⁰ Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, (Surabaya: USAHA NASIONAL, 1983), h. 160

¹¹ Sari, dkk, *Pengaruh Teknik Sociodrama untuk Peningkatan Perilaku Asertif Siswa*, (Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Unila, Lampung, 2012), h. 3

3. Kelebihan Teknik Sosiodrama

- a. Peserta didik melatih dirinya untuk melatih, memahami dan mengingat isi bahan yang akan digunakan. Sebagai pemain harus memahami, menghayati isi cerita secara keseluruhan terutama untuk materi yang harus diperankannya. Dengan demikian, daya ingatan peserta didik harus tajam dan tahan lama.
- b. Peserta didik akan terlatih untuk berinisiatif dan berkreasi. Pada waktu main drama para pemain dituntut untuk mengemukakan pendapatnya sesuai dengan waktu yang tersedia.
- c. Bakat yang terdapat pada peserta didik dapat dipupuk sehingga dimungkinkan akan muncul atau tumbuh bibit seni drama dari sekolah. Jika seni drama mereka dibina dengan baik kemungkinan besar mereka akan menjadi pemain yang baik kelak.
- d. Kerja sama antar pemain dapat ditumbuhkan dan dibina dengan sebaik-baiknya.
- e. Peserta didik memperoleh kebiasaan untuk membina dan membagi tanggung jawab dengan sesamanya.
- f. Bahasa lisan peserta didik dapat dibina menjadi bahasa yang baik agar mudah dipahami orang lain¹².

4. Kelemahan Teknik Sosiodrama

¹² Dra. Roestiyah N.K, *Strategi Belajar Mengajar*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2008), h. 90

- a. Sebagian besar anak yang tidak ikut bermain drama mereka menjadi kurang aktif
- b. Banyak memakan waktu, baik waktu persiapan dalam rangka pemahaman isi bahan belajar maupun pada pelaksanaan pertunjukan
- c. Memerlukan tempat yang cukup luas, jika tempat bermain sempit menjadi kurang bebas
- d. Sering kelas lain terganggu oleh suara pemain dan para penonton yang kadang-kadang bertepuk tangan, dan sebagainya¹³.

5. Langkah-langkah Sosiodrama

- a. Guru menerangkan kepada peserta didik untuk memperkenalkan teknik ini bahwa dengan sosiodrama peserta didik diharapkan dapat memecahkan masalah hubungan sosial yang aktual ada dimasyarakat kemudian menunjuk beberapa siswa yang akan berperan masing-masing mencari pemecahan masalah sesuai dengan perannya
- b. Guru harus lebih memilih masalah yang urgen sehingga menarik minat peserta didik
- c. Agar peserta didik dapat memahami peristiwanya maka guru harus bisa menceritakan sambil mengatur adegan yang pertama

¹³*Ibid*, h. 90

- d. Bila ada kesediaan sukarela dari peserta didik untuk berperan harap ditanggapi tetapi guru harus mempertimbangkan apakah ia tepat untuk perannya itu atau tidak
- e. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya sehingga mereka tahu tugas dan perannya, menguasai masalah maupun berdialog
- f. Peserta didik yang tidak turut serta harus jadi penonton yang aktif, disamping mendengar dan melihat mereka harus bisa memberi saran dan kritikan pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai
- g. Bila peserta didik belum terbiasa bisa dibantu guru dalam menimbulkan kalimat pertama dalam dialog
- h. Setelah sosiodrama itu dalam situasi klimaks maka dihentikan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum
- i. Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi walau masalahnya belum terpecahkan maka perlu dibuka tanya jawab atau diskusi¹⁴.

C. Rasa Malu

1. Pengertian Rasa Malu

Malu adalah aksi berupa perasaan tidak nyaman dalam situasi sosial tertentu yang bisa menghambat kemampuan untuk melakukan sesuatu dalam

¹⁴*Ibid*, h. 91

level yang seharusnya kita bisa¹⁵. Rasa malu dan rendah diri dapat membuat potensi seseorang menjadi tertutup.

'*Shyness*' didefinisikan sebagai rasa takut, atau bentuk penarikan diri terhadap orang lain atau situasi sosial tertentu. Ada juga yang mendefinisikan '*shyness*' sebagai sifat/watak kepribadian yang menghasilkan jenis perilaku berkisar dari perasaan tidak nyaman yang biasa-biasa saja hingga yang ekstrim¹⁶.

Dapat disimpulkan bahwa rasa malu adalah keadaan dimana seseorang merasa dirinya dalam keadaan yang tidak nyaman dalam situasi sosial. Perasaan malu juga dapat berubah menjadi perasaan takut untuk mengalami tekanan dari orang lain atau takut menghadapi masyarakat. Peserta didik yang mengalami rasa malu akan mengindar dari keramaian dan sulit bergaul dengan teman yang lainnya.

2. Faktor Yang Menyebabkan Anak Pemalu

Rasa takut dan cemas bukan gejala abnormal pada anak. Sebab anak secara instinktif memang merasa takut pada hal-hal yang belum dikenalnya, yang masih samar-samar dan hal-hal yang sandi atau mengandung rahasia.

Hal ini disebabkan oleh :

¹⁵ Esti Diah Purwitasari, *Mengubah Anak Pemalu Jadi Berani*, (Surabaya : Ecosystem Publishing, 2017), h. 6.

¹⁶ *Ibid.*, h. 5.

- a. Kurangnya pengetahuan dan pengertian anak
- b. Kurang adanya kepercayaan diri
- c. Kesadaran diri anak bahwa dia masih lemah dan bodoh
- d. Lagi pula fantasi anak sering memutar balikkan dan membesar-besarkan realitas, sehingga anak melihat bentuk bahaya yang sebetulnya tidak ada¹⁷.

3. Ciri-ciri Anak Pemalu

Malu merupakan salah satu permasalahan penting dan sering terjadi pada sebagian besar anak. Gejala-gejala anak nampak mulai malu-malu ketika diajak berbicara dengan orang asing yang tidak dikenalnya. Biasanya anak pemalu cenderung menyembunyikan diri, selain itu anak yang pemalu cenderung egois dan enggan bermain dengan kawan. Sifat pemalu yang menyebabkan anak tidak mempunyai kesempatan yang cukup untuk berinteraksi dengan teman-temannya akan menampakkan rasa malu yang nyata bila dibandingkan dengan anak yang terbiasa berinteraksi dengan teman-temannya.

¹⁷ Kartini Kartono, *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*, (Bandung: Mandar Maju, 2007), h. 140

Ward K. Swallow dalam Esti Diah Purwitasari, membuat daftar ciri-ciri anak pemalu :

- a. Menghindari kontak mata
- b. Tidak mau melakukan apa-apa
- c. Terkadang memperlihatkan perilaku mengamuk atau temper tantrum untuk melepaskan kecemasannya.
- d. Tidak banyak bicara dan menjawab sekedarnya seperti 'ya', 'tidak', 'tidak tahu' dan 'halo'.
- e. Tidak mau mengikuti kegiatan-kegiatan di kelas.
- f. Tidak mau meminta tolong atau bertanya pada orang yang tak dikenal.
- g. Mengalami demam panggung, seperti pipi merah, tangan berkeringat, keringat dingin, dan bibir terasa kering di saat-saat tertentu.
- h. Menggunakan alasan sakit agar tidak perlu berhubungan dengan orang lain, misalnya tidak perlu pergi ke sekolah.
- i. Mengalami psikosomatis (keadaan mental yang menyebabkan ia menderita penyakit fisik, seperti sakit perut, sakit kepala, sakit gigi, dan yang tidak bisa disebutkan satu-persatu).
- j. Merasa tidak ada yang menyukainya.¹⁸

Dari ciri-ciri anak pemalu diatas dapat disimpulkan bahwa anak pemalu yaitu anak yang susah menyesuaikan diri, susah dalam bersosialisasi,

¹⁸Esti Diah Purwitasari, *Ibid.*, h. 20-21.

dan menjadi anak pendiam, anak pemalu biasanya lebih suka menyembunyikan diri dari dunia luar atau lingkungan sekitarnya. Sebagaimana yang telah dipaparkan di ciri-ciri anak pemalu.

4. Bahaya Rasa Malu yang Berlebihan

Jika perasaan malu peserta didik dibiarkan berkembang lebih lanjut secara berlarut-larut, hal ini akan memberikan dampak yang sangat merugikan bagi peserta didik. Kerugian-kerugian akibat dari rasa malu yang berlebihan, antara lain:

- a. Peserta didik dapat menjadi antisosial. Bisa membuat peserta didik mudah berburuk sangka pada setiap orang yang dihadapinya,
- b. Peserta didik sulit bergaul,
- c. Peserta didik sulit berinteraksi dengan orang lain,
- d. Peserta didik sulit beradaptasi dengan lingkungan sosialnya,
- e. Peserta didik sulit bekerja sama dengan orang lain,
- f. Peserta didik kurang memiliki inisiatif,
- g. Peserta didik selalu memiliki perasaan tertekan,
- h. Peserta didik selalu merasa rendah diri,
- i. Peserta didik selalu merasa cemas di tengah-tengah lingkungan sosialnya,
- j. Peserta didik selalu merasa tidak nyaman berada ditengah keramaian,
- k. Peserta didik mudah tersinggung,

- l. Mudah emosional,
- m. Peserta didik selalu merasa tak mampu dan selalu tergantung pada orang lain,
- n. Peserta didik sulit mengembangkan diri,

Dari pengartian diatas dapat disimpulkan bahwa rasa malu akan berdampak negatif pada penyesuaian pribadi sosial. Rasa malu sangat berpengaruh pada anak, anak pemalu tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungannya. Anak yang pemalu akan mendapatkan penilaian yang tidak menyenangkan, begitu juga sebaliknya anak pemalu akan menilai dirinya sendiri sebagai mana orang lain menilai dirinya. Sehingga anak pemalu lebih suka menutup diri dari lingkungan sekitarnya.

Dalam kehidupan sehari-hari, banyak hal positif yang bisa didapatkan dari sifat atau rasa malu. Anak-anak pemalu cenderung tidak melakukan perilaku tidak baik secara sosial jika dibandingkan anak-anak lainnya. Anak-anak yang punya rasa malu biasanya lebih gampang menjadi pendengar yang baik dalam perbincangan sehingga banyak anak lain menginginkan ia menjadi teman. Anak-anak yang pemalu biasanya berkelakuan lebih baik dan tertata sehingga guru-guru lebih suka kepadanya. Anak-anak pemalu juga sering

bekerja lebih keras di sekolah sehingga banyak yang mendapatkan hasil atau nilai lebih bagus daripada rata-rata.¹⁹

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Upi Jayanti dengan Judul “Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Peserta Didik” kesimpulan penelitian menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan penyesuaian sosial peserta didik yang dapat dilihat dari perbedaan dan perbandingan antara hasil pre-test dan post-test²⁰.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Meli Novikasari, Ali, Halida dengan Judul “Peranan Guru dalam Mengatasi Anak Pemalu di Raudhatul Athfal Dharma Wanita Kementrian Agama” kesimpulan penelitian menyatakan bahwa peranan guru sangat penting dan diperlukan dalam mengatasi anak pemalu. Cara guru mengatasi anak pemalu adalah dengan melakukan bimbingan dan membantu anak pemalu yang kesulitan dalam melaksanakan kegiatan, mengajak dan membiasakan anak pemalu tampil

¹⁹*Ibid.*, h. 121-122.

²⁰Upi Jayanti, *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 4 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

di depan kelas, memberikan nasehat-nasehat, memotivasi anak pemalu dengan cara memberikan reward²¹.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nandhini H. Anggarasari, RA Retno Kumolohadi dengan Judul “Pelatihan Komunikasi Interpersonal untuk Mengurangi Rasa Malu” kesimpulan peneliti menyatakan bahwa dari hasil penelitian diketahui, pelatihan komunikasi interpersonal dapat secara afektif mengurangi rasa malu. Hal ini disebabkan adanya berbagai permasalahan dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal di antaranya adanya fluktuasi emosional, pencarian jati diri dan tujuan hidup. Sedangkan faktor eksternal diantaranya berasal dari permasalahan keluarga dan tekanan sosial²².
4. Penelitian yang dilakukan oleh Mahfudh Shalahuddin dengan Judul “Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sociodrama untuk Membantu Peserta Didik Terisolasi” kesimpulan peneliti menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui teknik sociodrama untuk membantu siswa terisolasi di SMP Negeri 13 Surabaya sudah berjalan dengan baik, berhasil membantu peserta didik yang terisolasi menjadi

²¹ Meli Novikasari, Ali, Halida, *Peranan Guru dalam Mengatasi Anak Pemalu di Raudhatul Athfal Dharma Wanita Kementrian Agama*. Tersedia <http://jurnal.untan.ac.id> , diakses tanggal 2 September 2018 jam 09.41

²² Nandhini H. Anggarasari, RA. Retno Kumolohadi, *Pelatihan Komunikasi Interpersonal untuk Mengurangi Rasa Malu*. Tersedia <http://journal.uir.ac.id> , diakses tanggal 16 November 2018 jam 19.36

peserta didik yang bisa bersosialisasi dan bergaul dengan teman-temannya²³.

5. Penelitian yang dilakukan oleh E. Constant Glawa, Nani Nurrachman dengan Judul “Representasi Sosial Tentang Makna Malu pada Generasi Muda di Jakarta” kesimpulan peneliti menyatakan bahwa telah terjadi pergeseran makna rasa malu di kalangan generasi muda. Dulu generasi muda lebih memprioritaskan persoalan kepemimpinan dan moralitas dibandingkan dengan persoalan keyakinan pada diri sendiri, penilaian orang lain dan tampilan fisik yang ideal²⁴.

E. Kerangka Berfikir

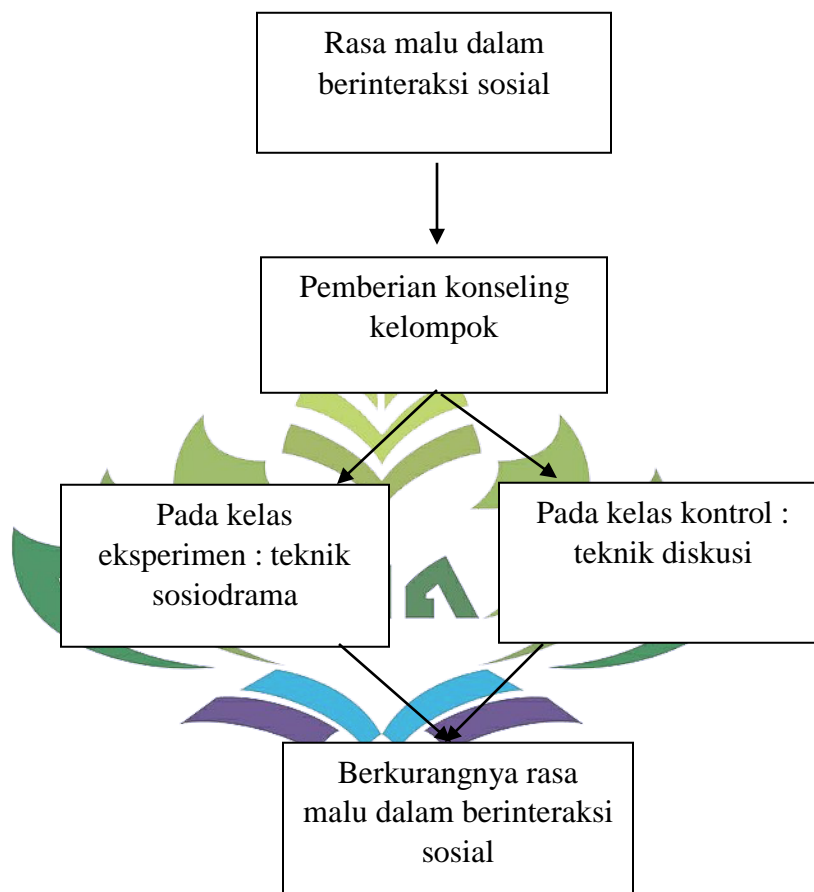
Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut sugiyono, kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari beberapa teori yang dideskripsikan.²⁵ Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik, diharapkan dapat membantu peserta didik untuk

²³ Mahfudh Shalahuddin, *Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama untuk Membantu Peserta Didik Terisolasi*. Tersedia <http://jurnalki.uinsby.ac.id> , diakses tanggal 2 September 2018 jam 10.34

²⁴ E. Constant Glawa, Nani Nurrachman, *Representasi Sosial Tentang Makna Malu pada Generasi Muda di Jakarta*. Tersedia <http://ejournal.undip.ac.id> , diakses tanggal 16 November 2018 jam 20.14

²⁵ Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta 2015), h. 60.

menerima dan memahami berbagai informasi berkenaan dengan pengertian, fungsi, dan manfaat penting dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial. Berikut ini merupakan kerangka berfikir dalam penelitian:



Gambar 1 : Kerangka Berfikir

F. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk

kalimat pernyataan.²⁶ Berdasarkan pengertian tersebut hipotesis merupakan jawaban sementara yang kebenarannya masih harus dibuktikan/diuji kebenarannya.

1. H_0 : Konseling kelompok dengan teknik sosiodrama tidak berpengaruh dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik di SMP
2. H_1 : Konseling kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik di SMP

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

$$H_0 : \mu_1 \neq \mu_0$$

$$H_1 : \mu_1 = \mu_0$$



²⁶ *Ibid.*, h. 64.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experiment*¹. *Quasi Experiment* adalah penelitian yang memiliki tujuan untuk melihat sebab dan akibat dari perlakuan yang diberikan sehingga peneliti mendapatkan informasi mengenai variabel yang satu dan variabel yang lainnya. Dalam hal ini peneliti menerapkan penelitian eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik SMP.

B. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *Quasi Eksperimental design*, yaitu pengembangan dari true experimental design yang sulit dilaksanakan. Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen².

¹ A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian*, (Jakarta : Prenadamedia Group, 2014), h.78

² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta, 2008), h. 114

Quasi experimental design terdapat dua tipe penelitian yaitu, *time series design* dan *nonequivalent control group design*³. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tipe penelitian *nonequivalent control group design*, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random.

O₁	X	O₂
<hr/>		
O₃		O₄

Gambar 2. Pola Nonequivalent Control Group Design

Keterangan :

O₁ dan *O₃* : Nilai Pretest (sebelum diberikan perlakuan)

X : Perlakuan (Layanan Konseling Kelompok)

O₂ dan *O₄* : Nilai Posttest (setelah diberikan perlakuan)

Langkah langkah pelaksanaan penelitian *nonequivalent control group design* ini sebagai berikut :

1. Memberikan *pretest*

Pretest menggunakan format skala likert untuk mengetahui rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik. Hasil dari pretest akan dijadikan pertimbangan dalam pemilihan subjek penelitian untuk membandingkan dengan posttest. Penilaian awal pada penelitian ini bertujuan agar dapat

³ *Ibid*, h. 114

mengetahui bagaimana rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik di SMP

2. Memberikan Perlakuan (*treatment*)

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai *treatment* yang akan dilakukan selama beberapa kali pertemuan dengan durasi 45 menit setiap kali pertemuan dilakukan. Tujuannya adalah agar dapat mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama mampu mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik di SMP

3. Memberikan Posttest

Setelah melakukan pretest dan dilanjutkan dengan pemberian perlakuan atau *treatment* maka selanjutnya akan dilakukan posttest. Pemberian posttest bertujuan untuk mengukur rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik setelah dilakukannya perlakuan kemudian akan mendapatkan data hasil yang menunjukkan perubahan pada rasa malu dalam berinteraksi sosial pada peserta didik apakah berkurang atau tidak berkurang sama sekali.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang berpengaruh ketika sebelum dan setelah dilakukannya perlakuan atau *treatment*.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian yaitu suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya⁴.

a) Identifikasi Variabel

a. Variabel independen/bebas (X). Variabel independen/bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Pada penelitian ini sebagai variabel bebas adalah layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama.

b. Variabel dependen/terikat (Y). Variabel dependen/terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas⁵. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah rasa malu dalam berinteraksi sosial.

b) Hubungan Antar Variabel

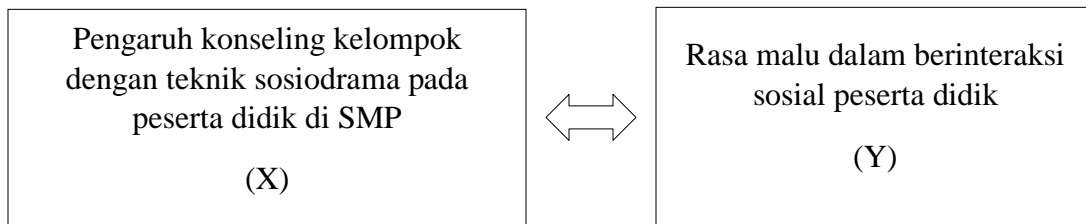
Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dan variabel terikat (Y) yaitu rasa malu dalam berinteraksi sosial. Jadi dalam hal ini layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai variabel

⁴ Sugiyono, *Op. Cit.*, h. 61

⁵ *Ibid.*, h. 61

bebas mempunyai pengaruh untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial sebagai variabel terikat.

Berikut merupakan gambar hubungan antar variabel



Gambar 3. Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Tabel 3
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama	Konseling kelompok merupakan layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suasana kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok Sosiodrama adalah sebuah teknik pemecahan masalah yang terjadi dalam konteks hubungan sosial dengan cara mendramakan masalah-masalah melalui sebuah drama. Teknik sosiodrama dalam aplikasinya melibatkan beberapa peserta didik untuk memainkan peran.	-	-	-

Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial	Rasa malu adalah aksi berupa perasaan tidak nyaman dalam situasi sosial tertentu yang bisa menghambat kemampuan untuk melakukan sesuatu dalam level yang seharusnya kita bisa. Indikator rasa malu dalam berinteraksi sosial antara lain: Malu berbicara dengan orang lain, Pasif, Sulit berinteraksi dengan orang lain dan Susah mengemukakan pendapat.	Angket rasa malu dalam berinteraksi sosial sejumlah 24 pernyataan dengan kategori a. Selalu b. Sering c. Kadang-kadang d. Tidak pernah	Skala penilaian rasa malu dalam berinteraksi sosial , sangat rendah hingga sangat tinggi (22-96)	Skala interval
-------------------------------------	--	--	--	----------------

E. Lokasi, Populasi Dan Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

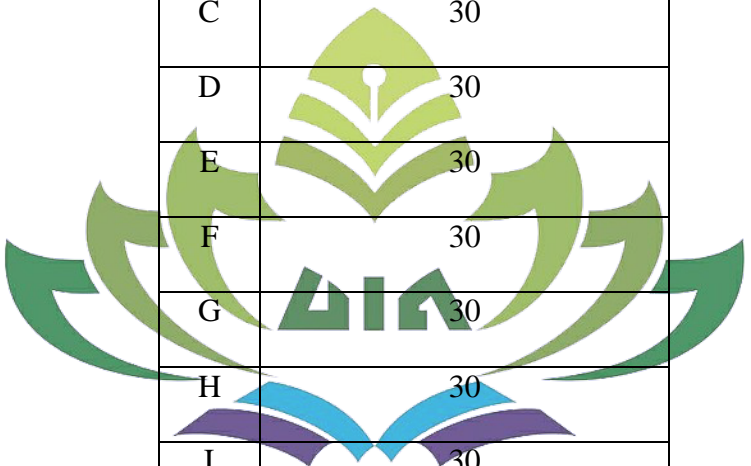
Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang beralamat di Jl. Banten No. 18 Kel. Bakung Kec. Teluk Betung Barat. Hasil studi pendahuluan terhadap peserta didik di SMP Negeri 15 Bandar Lampung menunjukkan adanya peserta didik yang memiliki rasa malu dalam berinteraksi sosial sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah bahkan sangat rendah.

2. Populasi

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah seluruh peserta didik kelas VIII SMP N 15 Bandar Lampung yaitu sebanyak 10 kelas

dengan rata rata jumlah peserta didik 30 per kelas dan keseluruhan peserta didik kelas VIII yaitu 300 peserta didik.

Tabel 4
Populasi Penelitian



Kelas	Jumlah seluruh peserta didik
A	30
B	30
C	30
D	30
E	30
F	30
G	30
H	30
I	30
J	30

Sumber : Administrasi SMP N 15 Bandar Lampung

3. Sampel

Dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah peserta didik kelas VIII SMP N 15 Bandar Lampung. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang berdasarkan pada karakteristik tertentu yang dianggap mempunyai keterkaitan karakteristik

populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Dari hasil tersebut didapatkan kelas sampel yaitu kelas C dan D, sebagai berikut:

Tabel 5
Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah Peserta Didik
C	10
D	10
Jumlah	20

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.⁶ Wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara bebas atau tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk mengempulkan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Metode ini digunakan untuk memperoleh

⁶ Sugiono, *Op.Cit.*, h. 194

informasi dari Guru BK dan wali kelas SMP Negeri 15 Bandar Lampung, terkait masalah rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik.

2. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan secara langsung terhadap obyek yang sedang diteliti.⁷ Observasi yang digunakan adalah observasi terstruktur, yaitu observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati kapan dan dimana tempatnya. Dalam penelitian ini peneliti tidak hanya melakukan wawancara kepada guru Bimbingan dan Konseling tetapi ikut serta datang ke tempat penelitian yaitu SMP N 15 Bandar Lampung.

3. Skala

Peneliti menyiapkan satu skala pada penelitian ini yang berhubungan dengan rasa malu dalam berinteraksi sosial yang memuat 24 pernyataan lalu dibagikan kepada responden atau peserta didik. Berikut adalah kisi kisi pengembangan instrument.

Tabel 6

Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian Sesudah Validasi

Variabel	Indikator	Item	Ket
Rasa malu	Menghindari kontak mata	1. Saya merasa sulit melakukan kontak mata saat berbicara dengan orang lain 2. Saya melihat ke arah lain ketika sedang berbicara didepan guru dan teman-teman sekelas	(+) - (-) 1, 2
	Tidak	3. Saya malu untuk mengikuti	(+) 4, 5, 6, 7

⁷ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2014), h. 69

	mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah	kegiatan-kegiatan di kelas 4. Saya lebih cenderung menjadi anak pendiam di kelas 5. Saya aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah 6. Saya mau mengembangkan kelebihan yang saya miliki agar kemampuan yang saya miliki berkembang 7. Saya menyukai kegiatan-kegiatan yang di laksanakan di sekolah	(-) 3,
	Malu berbicara dengan orang lain	8. Saya malu untuk meminta tolong atau bertanya pada orang yang tak di kenal 9. Saya malu berbicara kepada orang yang belum di kenal 10. Saya berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-teman sekelas 11. Saya malu untuk menyampaikan ide dalam suatu tugas kelompok 12. Saya malu ketika diajak teman bertukar pikiran mengenai tugas belajar 13. Saya malu untuk memberikan atau menerima pujian dari orang lain	(+) 10, (-) 8, 9, 11, 12, 13
	Sulit berinteraksi dengan orang lain	14. Saya merasa cemas saat berada di antara orang-orang yang tidak di kenal 15. Saya lebih suka menyendiri bila ada masalah daripada berbaur dengan teman yang lainnya 16. Saya lebih banyak berbicara saat berada dalam kelompok	(+) 16, 18, (-) 14, 15, 17, 19, 20

		17. Saya sulit bergaul dengan orang-orang yang belum di kenal 18. Saya mudah bergaul dengan teman-teman yang lain di sekolah 19. Saya merasa teman-teman tidak mau bergaul dengan saya	
	Tidak mau meminta tolong atau bertanya kepada orang lain	20. Saya merasa malu ketika orang lain lebih mampu daripada saya dalam mengerjakan sesuatu hal yang saya tidak bisa 21. Saya merasa malu jika di bantu teman dalam mengerjakan tugas 22. Saya merasa mudah putus asa dalam mengerjakan sesuatu yang sulit 23. Saya berusaha melakukan sesuatu sendirian meskipun itu sangat sulit 24. Saya senang bertanya kepada teman-teman tentang apa yang saya tidak bisa	(+) 25 (-) 21, 22, 23, 34

4. Dokumentasi

Peneliti melakukan sesi dokumentasi ketika sedang melakukan penelitian. Sesi dokumentasi yang dilakukan berupa pengambilan gambar dan video dengan alat bantu seperti kamera. Dokumentasi sangat penting dilakukan karna bisa dijadikan bahan pembuktian pelaksanaan penelitian.

G. Skala Pengukuran

Menurut Sugiono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif”⁸.

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pertanyaan atau pernyataan dalam angket peneliti menggunakan skala likert. Keuntungan menggunakan skala model likert ini yaitu mudah dibuat dan diterapkan. Terdapat kebebasan dalam memasukan pernyataan-pernyataan, asalkan sesuai dengan konteks permasalahan yang diteliti. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial, yang menggunakan format selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), dan tidak pernah (TP). Adapun skor jawaban responden terhadap instrumen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7
Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pernyataan	Skor Jawaban			
	SL	SR	KD	TP
<i>Favorable</i> (pernyataan positif)	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i> (pernyataan negatif)	4	3	2	1

⁸ Sugiyono, *Op. Cit.*, h. 133

Skala rasa malu dalam berinteraksi sosial dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyak item 24. Sehingga interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Menentukan skor minimal ideal jika diperoleh sampel;

Skor maksimal ideal = jumlah soal x skor tertinggi

- b. Menentukan skor terendah ideal yang di peroleh sampel;

Skor minimal ideal = jumlah soal x skor terendah

- c. Mencari rentang soal ideal yang diperoleh sampel;

Rentang skor = skor maksimal – skor minimal ideal

- d. Mencari interval skor;

Jumlah kelas interval = skala hasil penelitian. Artinya kalau penelitian menggunakan skala 4, hasil penelitian diklasifikasikan menjadi 4 kelas interval; dan

- e. Penentuan jarak interval (J_i) diperoleh dengan rumus

$$J_i = (t-r)JK$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

J_k = jumlah kelas interval

J_i = jumlah interval

Berdasarkan keterangan tersebut maka interval kriteria rasa malu dalam berinteraksi sosial adalah sebagai berikut:

1. Skor tertinggi : $4 \times 24 = 96$
2. Skor terendah : $1 \times 24 = 24$
3. Rentang : $96 - 24 = 72$
4. Jarak interval : $96 : 3 = 32$

Tabel 8
Kriteria Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial

Interval	Kriteria	Deskripsi
65 – 96	Tinggi	Peserta didik dalam kategori tinggi belum mampu mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial, hal ini ditandai dengan: malu berbicara dengan orang lain, pasif, sulit berinteraksi dengan orang lain dan susah mengemukakan pendapat
33 – 64	Sedang	Peserta didik yang masuk kategori sedang telah mampu mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial dengan cukup baik, yang ditandai dengan: mampu berbicara dengan orang lain, mampu berinteraksi dengan orang lain dan terkadang mampu dalam mengemukakan pendapat
0 – 32	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah telah mampu mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial dan menjadikan sifat berani, yang ditandai dengan: berani berbicara dengan orang lain, aktif dan tidak pasif, mampu berinteraksi dengan orang lain dan berani mengemukakan pendapat

H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instumen

Validasi merupakan suatu ukuran untuk menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument.⁹ Instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Untuk menghitung validitas butir soal dan angket sikap digunakan rumus product moment dibawah ini.

Rumus korelasi product moment

$$r_{xy} = \frac{n \sum_{i=1}^n X_i Y_i - \sum_{i=1}^n X_i \cdot \sum_{i=1}^n Y_i}{\sqrt{[n \sum_{i=1}^n X_i^2 - (\sum_{i=1}^n X_i)^2][n \sum_{i=1}^n Y_i^2 - (\sum_{i=1}^n Y_i)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi antara X dan Y

n : jumlah sampel

x : jumlah skor item

y : jumlah skor total

$\sum X^2$: jumlah kuadrat butir

$\sum Y^2$: jumlah kuadrat total

$\sum X$: jumlah skor butir, masing-masing item

$\sum Y$: jumlah kuadrat butir

⁹ Suharsimi, Arikunto, *Op Cit*, h. 168

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Pengujian reliabilitas secara internal consistency dilakukan dengan cara mencobakan instrument sekali saja, kemudian setelah data diperoleh selanjutnya dianalisis dengan teknik tertentu. Hasil analisis dapat digunakan untuk memprediksi reliabilitas instrument.¹⁰ Untuk menguji reliabilitas instrument dan mengetahui tingkat reliabilitas instrument dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus alpha melalui program *Alfa Crombach*, yaitu :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k+1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2_t} \right)$$

keterangan:

r_{11} : reabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma^2$: jumlah varians butir

σ^2_t : varian total

I. Analisis Data

1. Uji Normalitas Gain (N-gain)

Gain merupakan selisih antara nilai pre-test dan post-test, gain menunjukkan peningkatan kemampuan atau penguasaan konsep peserta didik setelah pembelajaran dilakukan oleh peneliti. Untuk menghasilkan hasil kesimpulan biasa penulis, karena pada nilai pre-test kedua kelompok penelitian

¹⁰ *Ibid*, h. 131

sudah berbeda digunakan uji normalitas gain yang dinormalisasi (n-gain) dapat dihitung dengan persamaan hake¹¹.

$$N - Gain = \frac{Nilai\ Posttest - Nilai\ Pretest}{Nilai\ Maksimum - Nilai\ Pretest}$$

Di sini dijelaskan bahwa g adalah gain yang dinormalisasi (n – gain) dari kedua model, skor maksimum (ideal) adalah hasil dari test awal dan test akhir. N-gain dapat diklarifikasikan sebagai berikut :

Tabel 9
Interpretasi N-gain

Besarnya gain	Interprestasi
$N-Gain \geq 0.7$	Tinggi
$0.7 > N-Gain \geq 0.3$	Sedang
$N-Gain < 0.3$	Rendah

2. Uji Hipotesis Statistik

Uji hipotesis merupakan prosedur yang berisi kesimpulan aturan yang menuju pada suatu keputusan apakah akan menerima atau menolak hipotesis. Analisis data adalah mengorganisasikan dan mengurutan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja dan membuat kesimpulan sehingga mudah di pahami

¹¹ Hake, Richard R., et al. Analyzing change/gain scores. *Unpublished.[online]* URL: <http://www.physics.indiana.edu/~sdi/AnalyzingChange-Gain.pdf>, 1999.

orang lain. Dalam penelitian ini penulis menggunakan uji *wilxocon*. *Wilxocon signed ranks test* adalah salah satu teknik uji nonparametrik untuk mengukur signifikan perbedaan antara dua kelompok data berpasangan. Teknik analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS 16.0 (*Statistical Package For Social Science 16.0*).



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pada bab ini akan diuraikan tentang hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan dianalisis data dalam pembahasan tentang layanan konseling kelompok dengan teknik *sosiodrama* untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

1. Data Deskripsi *Pretest*

a. Hasil *Pretest* Kelompok *Eksperiment* dan Kelompok Kontrol

Dilakukan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Hasil *pretest* rasa malu dalam berinteraksi sosial pada kelompok *eksperiment* dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 10
Hasil *Pretest* Subjek Penelitian Kelompok *Eksperiment*

No.	Peserta Didik	Skor	Kategori
1.	PD 1	68	Tinggi
2.	PD 2	60	Sedang
3.	PD 3	65	Tinggi
4.	PD 4	65	Tinggi
5.	PD 5	68	Tinggi
6.	PD 6	62	Sedang
7.	PD 7	67	Tinggi
8.	PD 8	63	Sedang
9.	PD 9	69	Tinggi
10.	PD 10	57	Sedang

Tabel 11
Hasil *Pretest* Subjek Penelitian Kelompok Kontrol

No.	Peserta Didik	Skor	Kategori
1.	PD 11	51	Sedang
2.	PD 12	60	Sedang
3.	PD 13	69	Tinggi
4.	PD 14	42	Sedang
5.	PD 15	50	Sedang
6.	PD 16	54	Sedang
7.	PD 17	66	Tinggi
8.	PD 18	59	Sedang
9.	PD 19	62	Sedang
10.	PD 20	65	Tinggi

Dari tabel 10 dan tabel 11 dapat dilihat bahwa hasil *pretest* atau sebelum *treatment* termasuk dalam kategori sedang. Pemilihan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan *random assignment* yaitu sebelum pelaksanaan eksperimen, keadaan kelompok sama (homogen) baik kelompok kontrol

ataupun kelompok eksperimen, sehingga jika setelah eksperimen terjadi perbedaan pada kelompok itu, perbedaan yang terjadi adalah pengaruh dari *treatment*. Karena memiliki skor sedang dan tinggi maka akan diambil 10 untuk kelompok kontrol dan 10 sisanya untuk kelompok eksperimen.

Setelah itu 10 peserta didik yang sudah diberikan pretest dalam kelompok eksperimen, maka akan diberikan tiga kali *treatment* (perlakuan) berupa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama, kemudian setelah diberikan *treatment* layanan tersebut maka diberikan *posttest*. Selanjutnya pada kelompok kontrol yang telah ditentukan untuk diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

2. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4 Januari 2019 sampai 2 Februari 2019. Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

Tabel 12
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

No	Hari/ Tanggal	Kegiatan Yang Dilaksanakan
1	Senin, 07 Januari 2019	Bertemu dengan guru dan kepala sekolah untuk mendiskusikan jadwal pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama (kelas <i>eksperiment</i>) dan teknik diskusi (kelas kontrol)
2	Senin, 14 Januari 2019	Melakukan <i>pretest</i>
3	Sabtu, 19 Januari 2019	Pertemuan pertama kelas eksperimen dan kelas kontrol
4	Senin, 21 Januari 2019	Pertemuan kedua kelas eksperimen dan kelas kontrol
5	Sabtu, 26 Januari 2019	Pertemuan ketiga kelas eksperimen dan kelas kontrol
6	Senin, 28 Januari 2019	Pertemuan keempat kelas eksperimen dan kelas kontrol
7	Sabtu, 02 Februari 2019	<i>Posttest</i> kelas eksperimen dan kelas kontrol

Berdasarkan tabel 12 sebelum diberikan layanan dilakukan tes awal (*Pretest*) dilakukan pada hari Senin, 14 Januari 2019 di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengetahui gambaran atau kondisi awal mengenai perilaku rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik dengan menyebarkan skala rasa malu dalam berinteraksi sosial, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) yaitu teknik sosiodrama di kelompok eksperimen dan teknik diskusi di kelompok kontrol. Perlakuan (*treatment*) dilaksanakan sebanyak lima kali pertemuan, kemudian setelah diberikan layanan dilakukan tes akhir (*posttest*) dilaksanakan pada hari Senin, 2 Februari 2019 di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengevaluasi hasil pemberian layanan tersebut.

Adapun hasil pelaksanaan bimbingan kelompok berdasarkan prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan layanan konseling kelompok sebagai berikut:

a) Langkah–langkah Pemberian Layanan

Layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik dilakukan selama enam sesi. Penentuan jadwal penelitian berdasarkan kesepakatan antara guru bimbingan dan konseling, peneliti dengan siswa. Gambaran setiap tahap kegiatan sebagai berikut:

1. Pertemuan pertama

Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 14 januari 2019, sesi ini merupakan kegiatan pretest untuk mengetahui profil rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik. Mengawali tahap ini, peneliti menjelaskan tujuan dilakukan *pretest* dan memaparkan secara singkat karakteristik *instrument* rasa malu dalam berinteraksi sosial yang digunakan.

2. Pertemuan kedua

Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 19 januari 2019, pertemuan kedua adalah merupakan kegiatan pelaksanaan tahap pertama yang dihadiri 10 peserta didik yang terpilih sebagai konseli yang memiliki rasa malu dalam berinteraksi sosial yang tinggi berdasarkan hasil *pretest* dan bersedia mengikuti treatment. Kegiatan dilaksanakan jam 13.00 –

13.45 pada saat pulang sekolah dengan tujuan untuk tidak mengganggu konseli disaat jam pelajaran berlangsung. Kegiatan dibuka dengan berdoa bersama. Selanjutnya para konseli diabsen kehadirannya. Mengawali kegiatan, peneliti membuka dengan “*ice breaking*” penyemangat “bagaimana kabarnya hari ini?” kemudian konseli menjawab “Alhamdulillah, luar biasa”. Suasana kemudian menjadi cair dan hangat setelah dibuka dengan “*ice breaking*”. Peneliti kemudian menjelaskan pertemuan pertama mengenai tujuan kegiatan, memperkenalkan teknik sosiodrama dan peneliti menjelaskan mengenai drama yang akan dilaksanakan telah ditetapkan berdasarkan tema yang peneliti susun dengan skenario yang telah dibuat.

Konseli yang terpilih adalah 10 peserta didik. Pada tahap ini mulai dilakukan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama. Tema: Menjadi peserta didik yang berani. Topik yang digunakan adalah kebutuhan menyesuaikan rasa malu dalam berinteraksi sosial melalui kisah yang sering dihadapi di sekolah. Tujuan tahap ini adalah konseli memiliki keterampilan dalam mencapai keberanian seorang peserta didik. Proses dilakukan dengan empat langkah:

- 1) Diawali konselor (peneliti berperan sebagai pengarah) mengajak peserta didik (konseli) menciptakan suasana keakraban dengan bermain game serta menjelaskan berbagai hal, alasan, tujuan, cara kerja dan sebagainya. Karakteristik kegiatan masih banyak diwarnai

intruksi peneliti sebagai konselor karena tahap pertama untuk tahap tritmen peserta didik belum memahami cara kerja dalam teknik yang dilakukan dan peserta didik masih merasa malu dalam melaksanakan kegiatan;

- 2) Peralihan; masa peralihan konselor menjelaskan sosiodrama dan cara kerjanya, mengidentifikasi berbagai aktivitas dilakukan peserta didik sehari-hari yang menunjukkan kategori rasa malu dalam berinteraksi sosial, membaca sinopsis dan mendiskusikan tema/topik bahasan, peran yang terlibat dalam topik menjadi peserta didik yang berani. Peserta didik didampingi konselor memilih serta pembahasan peran, kegiatan, dialog dan pengembangan isi cerita oleh mereka sendiri;
- 3) Kegiatan; memberikan kesempatan kelompok untuk tampil, konselor membantu konseli memahami perannya;
- 4) Pengakhiran; mendiskusikan tampilan peran, mengungkapkan pengalaman konseli setelah melaksanakan kegiatan, mengambil kesimpulan dan mengakhiri kegiatan, konselor mengajak konseli untuk mempersiapkan kegiatan lanjutan.

Konselor merasa ada sedikit kesulitan karena pada pelaksanaan sosiodrama yang pertama ini semua konseli masih merasa kebingungan karena belum terbiasa dengan kegiatan sosiodrama dan setiap peserta didik masih merasa malu-malu pentas didepan teman-temannya. Tetapi

ketika sosiodrama berlangsung keadaan mulai mencair dan konseli siap untuk melaksanakan kegiatan sosiodrama. Disaat konselor menjelaskan tema drama dan peran konseli setiap tokohnya semua peserta didik sangat memperhatikan dan fokus akan cerita yang disampaikan.

Pada saat penelitian dilaksanakan peneliti ditemani bersama guru BK di SMP Negeri 15 Bandar Lampung, dan guru BK memberikan informasi tentang perilaku siswa yang memiliki rasa malu dalam berinteraksi sosial. Guru BK ikut serta membantu mengamati kegiatan yang dilaksanakan dan ikut menilai kegiatan teknik sosiodrama. Dan guru BK mengatakan bahwa pelaksanaan kegiatan sosiodrama berlangsung cukup baik, meskipun peserta didik merasa masih bingung, malu, terlihat sangat gerogi dalam berpendapat dan memainkan sosiodrama. Peserta didik juga kurang antusias dalam mengikuti kegiatan.

3. Pertemuan ketiga

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada tanggal 21 januari 2019, sebelum konselor melanjutkan tahap kedua, terlebih dahulu peneliti mengecek daftar hadir peserta didik. Konselor kemudian menjelaskan pertemuan kedua mengenai tujuan kegiatan, serta peran yang akan dimainkan dan konselor menjelaskan drama yang akan dilaksanakan telah ditetapkan berdasarkan tema yang penulis susun dengan skenario yang telah dibuat.

Pada tahap kedua yang akan dilaksanakan dengan tema “Keberanian”. Konselor kemudian meminta konseli untuk maju ke depan kelas dan memperkenalkan diri dan kemudian membagikan peran yang akan diperankan konseli lengkap dengan watak dan sifat dari setiap tokoh, selain itu konselor menjelaskan latar dari kegiatan sosiodrama beserta peran kegiatan drama. Pembagian peran dilaksanakan sama seperti tahap pertama dengan cerita yang sama tetapi temanya yang berbeda. Di sini peserta didik melakukan perannya dari peran pemalu ke peran pemberani. Hal ini memungkinkan siswa untuk bisa ikut merasakan karakter, perilaku dan sifat dari masing-masing tokoh ketika melaksanakan perannya.

Dalam pertemuan tahap kedua guru BK berpendapat bahwa peserta didik masih malu, terlihat grogi dalam berpendapat dan memainkan sosiodrama, peserta didik mulai antusias dalam mengikuti kegiatan. Dan pelaksanaan kegiatan di tahap kedua mulai lebih baik dari tahap sebelumnya.

4. Pertemuan keempat

Pelaksanaan tahap ketiga dilaksanakan pada tanggal 26 januari 2019, konseli mulai terbiasa dengan kegiatan sosiodrama sehingga konseli yang sudah tidak sabar ingin bermain sosiodrama langsung bertanya kepada konselor “hari ini drama tentang apa bu?”. Dengan kondisi tersebut konselor pun sangat antusias dan langsung bersemangat untuk melaksanakan sosiodrama.

Konselor menjelaskan mengenai drama yang akan dilaksanakan telah ditetapkan berdasarkan tema yang konselor susun dengan skenario yang telah dibuat. Pada tahap ketiga akan dilaksanakan dengan tema “tidak mudah menyerah” topik bahasan pada tahap ini adalah membantu peserta didik untuk menghayati usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan. Proses ini sama dengan tahap sebelumnya dengan empat langkah, setiap kali sesi drama, diskusi, memainkan peran sesuai dengan topik.

Pada tahap ketiga guru BK mengatakan bahwa peserta didik mulai percaya diri dalam berpendapat maupun memainkan peran, bersikap positif dan antusias mengikuti kegiatan serta menikmatinya, mulai berani menghadapi situasi yang berlangsung dalam kegiatan sosiodrama. Sesuai teori yang sudah ada melalui permainan sosiodrama, konseli atau peserta didik diajak untuk mengenali, memahami, merasakan suatu keadaan tertentu sehingga mereka seolah-olah dapat menemukan sikap dan tindakan yang tepat jika seandainya menghadapi situasi yang sama dikemudian hari¹ Kegiatan pada tahap ketiga pun berjalan dengan baik.

5. Pertemuan kelima

Pada tahap terakhir dilaksanakan pada tanggal 28 januari 2019, konselor mengecek daftar kehadiran peserta didik dari awal pelaksanaan kegiatan sosiodrama sampai terakhir pelaksanaan kegiatan sosiodrama.

¹ Emi Indriasari, *meningkatkan rasa empati siswa melalui layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa kelas IX IPS 3 SMA 2 Kudus tahun ajaran 2014/2015*, jurnal konseling GUSJIGANG, Vol.2, no.2, (Juli-desember 2016), h.194.

Konselor merasa senang sekali karena selama kegiatan sosiodrama berlangsung semua peserta didik hadir dan tanpa ada yang meninggalkan kelas selama kegiatan berlangsung. Pelaksanaan tahap keempat konselor membuka dengan menyapa semua konseli, konseli pun mulai antusias dan langsung bertanya kepada konselor “ibu, ini yang terakhir ya? Padahal seru bu main drama”. Dengan kondisi tersebut konselor pun langsung melaksanakan drama.

Pada tahap keempat yang akan dilaksanakan dengan tema “percaya diri”, tujuan untuk membantu peserta didik melatih diri agar mempunyai rasa percaya diri didepan publik maupun dalam berinteraksi sosial. Proses tahap keempat sama dengan tahap sebelumnya.

Dalam tahap keempat atau tahap terakhir ini, peserta didik menunjukkan adanya peningkatan pada setiap aspeknya. Kekurangan peserta didik pada setiap tahap mereka pelajari dan mulai merubahnya seiring dengan kegiatan sosiodrama ini berlangsung. Peserta didik yang tadinya pemalu mulai akrab dan percaya diri ketika harus tampil didepan kelas, peserta didik berani mengungkapkan pendapat dan mulai berani berinteraksi sosial kepada peserta didik lainnya.

Tahap keempat dalam kegiatan sosiodrama guru BK di SMP Negeri 15 Bandar Lampung mengatakan bahwa peserta didik lebih percaya diri baik dalam berpendapat maupun memainkan peran, bersikap positif dan antusias mengikuti serta menikmatinya, berani menghadapi situasi dalam

kegiatan sosiodrama. Kegiatan tahap keempat berjalan dengan sangat baik.

6. Pertemuan keenam

Pertemuan keenam pada tanggal 2 februari 2019 ini merupakan kegiatan *posttest* untuk mengetahui penurunan rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik setelah dilakukan kegiatan sosiodrama. Mengakhiri tahap, peserta didik mengisi kembali skala yang sudah disediakan oleh konselor/peneliti, terlebih dahulu menjelaskan tujuan dilakukan *posttest* dan memaparkan secara singkat untuk mengisi skala rasa malu dalam berinteraksi sosial.

3. Data Deskripsi *Posttest*

a. Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen

Untuk melihat pengaruh pada peserta didik terkait dengan teknik sosiodrama yang diberikan untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial. Berdasarkan hasil *posttest* pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 13
Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen

No.	Peserta Didik	Skor	Kategori
1.	PD 1	33	Sedang
2.	PD 2	27	Rendah
3.	PD 3	24	Rendah
4.	PD 4	31	Rendah

5.	PD 5	30	Rendah
6.	PD 6	25	Rendah
7.	PD 7	26	Rendah
8.	PD 8	34	Sedang
9.	PD 9	25	Rendah
10.	PD 10	28	Rendah

Berdasarkan tabel 13 secara keseluruhan sebanyak 8 peserta didik dari kelompok eksperimen memiliki hasil *posttest* rasa malu dalam berinteraksi rendah dan 2 peserta didik memiliki hasil *posttest* rasa malu dalam berinteraksi sosial sedang.

b. Hasil *Posttest* Kelompok Kontrol

Untuk mengetahui pengaruh hasil skor rasa malu dalam berinteraksi sosial terhadap peserta didik setelah diberi perlakuan maka dilakukan *posttest*. Hasil *posttest* pada kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 14
Hasil *Posttest* Kelompok Kontrol

No.	Peserta Didik	Skor	Kategori
1.	PD 11	38	Sedang
2.	PD 12	33	Sedang
3.	PD 13	43	Sedang
4.	PD 14	31	Rendah
5.	PD 15	34	Sedang
6.	PD 16	39	Sedang
7.	PD 17	41	Sedang
8.	PD 18	35	Sedang
9.	PD 19	37	Sedang
10.	PD 20	49	Sedang

Berdasarkan tabel 14 secara keseluruhan sebanyak 9 peserta didik dari kelompok kontrol memiliki hasil *posttest* rasa malu dalam berinteraksi sosial sedang, 1 peserta didik memiliki hasil *posttest* rasa malu dalam berinteraksi sosial rendah.

c. Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tabel 15
Perbandingan Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

No.	Peserta Didik	Pretest	Posttest
1.	PD 1	68	33
2.	PD 2	60	27
3.	PD 3	65	24
4.	PD 4	65	31
5.	PD 5	68	30
6.	PD 6	62	25
7.	PD 7	67	26
8.	PD 8	63	34
9.	PD 9	69	25
10.	PD 10	57	28
Jumlah		654	283
Rata – rata		65,4	28,3

Tabel 16
Pebandingan Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Kelompok Kontrol

No.	Peserta Didik	Pretest	Posttest
1.	PD 11	51	38
2.	PD 12	60	33
3.	PD 13	69	43
4.	PD 14	42	31
5.	PD 15	50	34
6.	PD 16	54	39
7.	PD 17	66	41
8.	PD 18	59	35
9.	PD 19	62	37
10.	PD 20	65	49
Jumlah		578	380
Rata-Rata		57,8	38

Berdasarkan tabel 15 dan 16 dapat dilihat secara signifikan bahwa pada kelompok eksperimen antara hasil *pretest* dan *posttest* mengalami penurunan, semua subjek mengalami penurunan, yang sebelumnya diberikan perlakuan tinggi, dan setelah diberikan perlakuan menjadi rendah. Kemudian dapat dilihat secara signifikan bahwa kelompok kontrol mengalami penurunan, tetapi penurunan dalam kelompok kontrol ini hanya sedikit dan semua subjek masih dalam kategori sedang, yang sebelum diberikan perlakuan sedang dan setelah diberikan perlakuan tetap sedang.

4. Deskripsi Data Hasil Penelitian

a. Pengujian Validasi Kuesioner

Pengujian validasi kuesioner ini menggunakan program SPSS 16.0. Pada uji validitas peneliti menyajikan 24 butir kuesioner.

Tabel 17
Kisi-kisi Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik

No.	Indikator	Jumlah
1.	Menghindari kontak mata	2 butir
2.	Tidak mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah	5 butir
3.	Malu berbicara dengan orang lain	6 butir
4.	Sulit berinteraksi dengan orang lain	6 butir
5.	Tidak mau meminta tolong atau bertanya kepada orang lain	5 butir

Peneliti membagikan lembar kuesioner kepada peserta didik. Setelah kuesioner diisi oleh peserta didik, peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner dan melakukan perhitungan. Rumus menghitung validitas kuesioner dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS. Apabila hasil perhitungan tiap item menunjukkan angka r hitung $>$ r tabel maka item kuesioner dinyatakan valid.

Tabel 18
Validasi Item kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik

No. Item	r tabel	r hitung	Keterangan
1	0,443	0,781	Valid
2	0,443	0,865	Valid
3	0,443	0,701	Valid
4	0,443	0,781	Valid
5	0,443	0,654	Valid
6	0,443	0,781	Valid
7	0,443	0,865	Valid
8	0,443	0,781	Valid
9	0,443	0,747	Valid
10	0,443	0,506	Valid
11	0,443	0,865	Valid
12	0,443	0,865	Valid
13	0,443	0,703	Valid
14	0,443	0,781	Valid
15	0,443	0,654	Valid
16	0,443	0,796	Valid
17	0,443	0,562	Valid
18	0,443	0,703	Valid
19	0,443	0,672	Valid
20	0,443	0,781	Valid
21	0,443	0,865	Valid
22	0,443	0,678	Valid
23	0,443	0,716	Valid
24	0,443	0,865	Valid
Jumlah		1.000	

Uji validitas kuesioner menggunakan SPSS 16.0. Berdasarkan perhitungan dengan membandingkan r tabel dengan r hitung, yaitu jika $r \text{ tabel} > r \text{ hitung}$ maka data dinyatakan tidak valid, tetapi jika $r \text{ tabel} < r \text{ hitung}$ maka data dinyatakan valid. Maka yang dapat disimpulkan adalah data 24 item

dinyatakan valid. Dengan demikian peneliti menggunakan 24 item kuesioner yang telah valid dalam penelitian ini. Selain menggunakan SPSS 16.0 peneliti juga memvalidasi kuesioner dengan dosen ahli jurusan, validasi kuesioner oleh dosen ahli jurusan bisa dilihat dilampiran.

b. Uji Reabilitas Kuesioner

Uji reabilitas kuesioner ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS 16.0.

Tabel 19
Reabilitas Kuesioner Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial

Reliability Statistics				
Cronbach's Alpha		N of Items		
		.763 25		

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	150.9500	1091.313	.781	.753
x2	151.0500	1075.839	.865	.749
x3	151.1500	1094.029	.701	.754
x4	150.9500	1091.313	.781	.753
x5	151.1500	1096.766	.654	.755
x6	150.9500	1091.313	.781	.753
x7	151.0500	1075.839	.865	.749
x8	150.9500	1091.313	.781	.753
x9	150.8000	1091.642	.747	.753
x10	150.9000	1113.358	.506	.759
x11	151.0500	1075.839	.865	.749

x12	151.0500	1075.839	.865	.749
x13	151.0000	1090.842	.703	.753
x14	150.9500	1091.313	.781	.753
x15	151.1500	1096.766	.654	.755
x16	150.9000	1086.621	.796	.752
x17	150.9000	1105.358	.562	.757
x18	151.0000	1090.842	.703	.753
x19	150.8500	1102.134	.672	.756
x20	150.9500	1091.313	.781	.753
x21	151.0500	1075.839	.865	.749
x22	150.9500	1089.313	.678	.753
x23	150.9500	1086.787	.716	.752
x24	151.0500	1075.839	.865	.749
Xtotal	77.1000	283.989	1.000	.969

Didapatkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel Y rasa malu dalam berinteraksi sosial sebesar 0.763 dengan 24 butir pernyataan yang digunakan. Merujuk pada koefisien *Alpha Cronbac* adalah 0.6 yang artinya item dalam skala dapat diterima². Berdasarkan interpretasi maka reliabilitas kuesioner dinyatakan tinggi sebab angka yang diperoleh > 0.70 yaitu 0.763, maka pengujian ini dapat disimpulkan bahwa instrumen atau kuesioner untuk mengukur rasa malu dalam berinteraksi sosial yang digunakan dalam penelitian ini sudah memiliki reabilitas karena sudah dapat diterima. Sehingga kuesioner ini dapat digunakan untuk mengukur rasa malu dalam berinteraksi sosial.

²Dawn Iacobucci, and Adam Duhachek. "Advancing alpha: Measuring reliability with confidence." *Journal of consumer psychology* 13.4 (2003), h. 479

c. Uji N-Gain

Uji normalitas data N-Gain setelah diberikan perlakuan (*pre*) dan sebelum diberikan perlakuan (*post*). Adapun hasil uji normalitas data nilai pretes dan posttest peserta didik kelas eksperimen dan kelas kontrol yaitu:

Tabel 20
Hasil nilai N-Gain Peserta Didik

No.	Ekperimen			Kontrol		
	Peserta Didik	N-Gain	Kategori	Peserta Didik	N-Gain	Kategori
1.	PD 1	-0,21	Rendah	PD 11	-0,28	Rendah
2.	PD 2	-0,11	Rendah	PD 12	-0,75	Tinggi
3.	PD 3	-0,2	Rendah	PD 13	-0,96	Tinggi
4.	PD 4	-0,16	Rendah	PD 14	-0,20	Rendah
5.	PD 5	-0,15	Rendah	PD 15	-0,34	Sedang
6.	PD 6	-0,33	Sedang	PD 16	-0,35	Sedang
7.	PD 7	-0,18	Rendah	PD 17	-0,83	Tinggi
8.	PD 8	-0,21	Rendah	PD 18	-0,64	Sedang
9.	PD 9	-0,22	Rendah	PD 19	-0,73	Tinggi
10.	PD 10	-0,23	Rendah	PD 20	-0,51	Sedang
Rata-rata		-0,2	Rendah		-0,55	Sedang
Tertinggi		-0,33	Sedang		-0,96	Tinggi
Terendah		-0,11	Rendah		-0,20	Rendah

Dari tabel 20 tersebut menunjukkan nilai N-Gain kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Terlihat nilai rata-rata N-Gain antara kelompok eksperimen dan kontrol menunjukkan nilai yang berbeda. Kelompok eksperimen yaitu diberikan layanan teknik sosiodrama dengan nilai N-Gain -0,2 berada di kategori rendah dan kelompok kontrol dengan nilai N-Gain -0,55 berada pada kategori sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan

antara teknik sosiodrama dan teknik diskusi. Peserta didik lebih dapat menerima layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dibandingkan teknik diskusi.

d. Uji Wilcoxon

Untuk membandingkan antara dua kelompok data yang saling berhubungan digunakan uji Wilcoxon. Uji ini memiliki kekuatan tes yang lebih dibandingkan dengan uji tanda. Asumsi-asumsi untuk uji Wilcoxon, data yang digunakan setidaknya berskala ordinal. Hasil uji wilcoxon sebagai berikut:

Tabel 21
Hasil Uji Wilcoxon

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kontrol	10	-.5110	.34681	-.96	.20
Eksperimen	10	-.2000	.05869	-.33	-.11

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
eksperimen – kontrol Negative Ranks	1 ^a	5.00	5.00
Positive Ranks	9 ^b	5.56	50.00
Ties	0 ^c		
Total	10		

a. eksperimen < kontrol

b. eksperimen > kontrol

c. eksperimen = kontrol

Test Statistics^b

	eksperimen – kontrol
Z	-2.293 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.022

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Pada tabel 21, di tabel pertama diketahui bahwa nilai *Mean* dari kelompok kontrol dengan pemberian layanan teknik diskusi adalah -0.5110, sedangkan *Mean* pada kelompok eksperimen dengan pemberian layanan teknik sosiodrama adalah -0.2000.

Pada tabel kedua hasil yang diketahui yaitu *Negatif rank* (sampel) dengan nilai kelompok eksperimen yang lebih besar dari nilai kelompok kontrol adalah sebanyak 1 sampel. *Positif rank* (sampel) dengan nilai kelompok eksperimen yang lebih kecil dari nilai kelompok kontrol adalah sebanyak 9 sampel. *Ties* (nilai yang sama antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol) adalah 0 sampel.

Pada tabel ketiga hasil yang diketahui yaitu Z_{hitung} yaitu sebesar -2.293, sedangkan nilai Z_{tabel} diperoleh dari tabel Z dengan alpha 5% atau 0.05 nilainya kurang lebih -1.645. Sedangkan pada nilai *Asymp.Sig.(2-tailed)* adalah sebesar 0.022. Karena $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ yaitu $-2.293 > -1.645$ atau nilai sig $0.022 < 0.05$ maka H_0 ditolak, sehingga konseling kelompok dengan teknik

sosiodrama berpengaruh dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di paparkan pada sub bab hasil penelitian yang berjudul Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Malu dalam Berinteraksi Sosial Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

Rasa malu adalah keadaan dimana seseorang merasa dirinya dalam keadaan yang tidak nyaman dalam situasi sosial. Perasaan malu juga dapat berubah menjadi perasaan takut untuk mengalami tekanan dari orang lain atau takut menghadapi masyarakat. Peserta didik yang mengalami rasa malu akan mengindar dari keramaian dan sulit bergaul dengan teman yang lainnya³.

Dalam penelitian ini terdapat dua kelas yang digunakan yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dalam kelas eksperimen diberikan layanan atau perlakuan dengan menggunakan teknik sosiodrama dan kelas kontrol diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik diskusi. Dalam setiap pertemuan dalam kelas eksperimen diberikan teknik sosiodrama sesuai dengan topik yang akan dibahas.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama diberikan kepada kelas eksperimen dalam 6 kali pertemuan termasuk *pretest* dan *posttest*.

³ Esti Diah Purwitasari, *Mengubah Anak Pemalu Jadi Berani*(Surabaya: Ecosystem Publishing, 2017), h. v

Topik permasalahan berdasarkan aspek-aspek rasa malu dalam berinteraksi sosial. Sesi layanan dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Skala rasa malu dalam berinteraksi sosial diberikan kedua kelas, baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol. Hasil *posttest* akan menjadi pembandingan kedua kelompok.

Berdasarkan hasil *posttest* yang telah diberikan ternyata terjadi penurunan terhadap perilaku rasa malu dalam berinteraksi sosial pada kelas eksperimen hasil tersebut diketahui dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas kontrol juga mengalami penurunan tetapi kelas eksperimen mengalami penurunan yang lebih signifikan dibanding kelas kontrol.

Adapun pembahasan untuk keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dapat mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik adalah layanan konseling kelompok diperoleh dengan membandingkan tingkat rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik sebelum dan sesudah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama, yang akan menunjukkan adanya pengaruh dari layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan uji Wilcoxon.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama berpengaruh untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada SMP Negeri 15 Bandar Lampung, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh terhadap rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII C.

Hal ini di buktikan dengan perbedaan peserta didik pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan teknik sosiodrama dengan peserta didik pada kelompok kontrol dengan teknik diskusi. Efek perlakuan pada kelompok eksperimen menunjukkan hasil N-Gain kelompok eksperimen -0,2 dalam kategori sedang dan hasil N-Gain kelompok kontrol 0,55 dalam kategori rendah. Kemudian pada hasil uji statistik *wilcoxon* $0,022 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh dan perbedaan dari layanan konseling kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh dalam mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik kelas VIII C & D SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 15 Bandar Lampung adalah:

1. Kepada peserta didik

- a. Peserta didik hendaknya mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai pengalaman berinteraksi sosial yang berguna untuk pribadi yang lebih baik.
- b. Peserta didik diharapkan mampu menunjukkan penerimaan terhadap apapun keadaan teman disekitarnya agar tidak ada teman yang merasa dijauhi.
- c. Peserta didik tidak perlu merasa malu dan takut dalam mengemukakan pendapat, karena jika kita menyampaikan dengan baik, maka percayalah bahwa orang lain akan mau menerima kita.

2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling

Guru pembimbing diharapkan dapat melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa malu dalam berinteraksi sosial peserta didik pada khususnya, serta untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Pelaksanaan konseling kelompok hendaknya dilakukan setelah adanya prosedur berkenaan antara peneliti dan peserta didik, hal ini untuk menghindari dari ketidak efektifan dalam pelaksanaan.

- b. Sebelum melaksanakan layanan konseling kelompok, peneliti hendaknya memberikan non test melalui skala untuk melihat data keadaan peserta didik yang mengalami rasa malu dalam berinteraksi sosial.
- c. Peneliti hendaknya dapat membuat perjanjian waktu dan peraturan pada peserta didik untuk melakukan konseling kelompok.
- d. Peneliti hendaknya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan layanan pendekatan dan teknik sama tetapi dengan masalah yang berbeda serta subjek yang berbeda pula.



DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Agama RI. *AL-Qur'an Dan Terjemahannya*. Jakarta: Pustaka Agung Harapan, 2006.
- Diah Purwitasari Esti. *Mengubah Anak Pemalu Jadi Berani*. Surabaya: Ecosystem Publishing, 2017.
- Dra. Roestiyah N.K. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta, 2008.
- El Fiah Rifda. *Bimbingan dan Konseling Perkembangan*. Yogyakarta: IDEA Press, 2016.
- Grace LAO Mary, et. al., "Self-Identified Childhood Shyness and Perceptions of Shy Children: Voices of Elementary School Teachers". *International Electronic Journal of Elementary Education*., Vol. 5 No. 3, 2013.
- Hake, Richard R., et al. Analyzing change/gain scores. *Unpublished.online URL: <http://www.physics.indiana.edu/~sdi/AnalyzingChange-Gain.pdf>*, 1999.
- Hartinah Siti. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama, 2009.
- Kartono Kartini. *Psikologi Anak*. Bandung: Mandar Maju, 2007.
- Ketut Sukardi Dewa. *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*. Surabaya: USAHA NASIONAL, 1983.
- Nursafitri, Rizki, dan Denok Setiawan. *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Hubungan Interpersonal Siswa. Jurnal BK UNESA*, Vol. III, No. 1, 2013.
- Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.
- Prayitno dan Eman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA, 2009.
- Sari, dkk. *Pengaruh Teknik Sociodrama untuk Peningkatan Perilaku Asertif Siswa, Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Unila, Lampung*, Vol. III, No. 4, 2012.

Sugiyono. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta 2015.

Supriatna, Mamat. *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi*. Cetakan ke 3, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013.

Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2014.

Tatiek, Romlah, 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA, 2014.

Walgito, Bimo. *Bimbingan + Konseling Studi & Karier*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET. 2010.

Winkel, W.S, dan Srihartuti, M.M. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi, 2007.

Yusuf, A. Muri. *Metode Penelitian*. Jakarta : PRENADAMEDIA GROUP, 2014.

